

Рекомендации для населения по профилактике новой коронавирусной инфекции в период майских праздников

Продолжать строго соблюдать режим самоизоляции.

Максимально ограничить контакты:

- воздержаться от посещения родственников, друзей, не принимать их в собственном доме;
- отказаться от тесного общения в компании, прогулок и пикников на природе;
- не подвергать опасности лиц из групп риска (в возрасте старше 60 лет, с хроническими соматическими заболеваниями);
- для общения и поздравления с праздниками используйте современные дистанционные средства связи.

Если всё же решили выехать за город - необходимо придерживаться следующих правил:

1. В пути:

- отдайте предпочтение личному транспорту или такси (так вы сможете минимизировать контакты с посторонними);
- при пользовании общественным транспортом: используйте маску, соблюдайте социальную дистанцию (не менее 1,5 метра); после касания общедоступных поверхностей (двери, поручни) обработайте руки кожным антисептиком; не дотрагивайтесь необеззараженными руками до лица; не принимайте пищу в общественном транспорте.

2. На отдыхе:

- не расширяйте круг общения, проведите майские праздники с теми, с кем контактировали (находились в одной квартире на самоизоляции) в будние дни; избегайте контактов/общения с соседями по дачному участку и компаниями на отдыхе на природе, соблюдайте социальное дистанцирование (1,5 м);
- гражданам пожилого возраста (старше 60 лет) и лицам, имеющим хронические заболевания, лучше остаться дома;
- соблюдайте меры гигиены: тщательно мойте руки с мылом не менее 30 секунд;
- находясь на природе, не забывайте, что начался сезон активности клещей: не ходите по нескошенной траве, оденьте закрытую одежду и обувь с высоким голенищем, используйте репелленты, регулярно проводите само- и взаимоосмотры.

3. Безопасное питание:

- перед приготовлением и приемом пищи вымойте руки под проточной или бутилированной водой либо обработайте руки кожным антисептиком;
- овощи и фрукты рекомендуется мыть проточной водой;
- соблюдайте температурный режим хранения продуктов питания;
- не употребляйте алкоголь, он снижает способность организма противостоять инфекционными заболеваниями, включая COVID-19.

При ухудшении самочувствия немедленно примите меры по самоизоляции и обратитесь за медицинской помощью (вызов на дом).

COVID-19

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ В ПЕРИОД МАЙСКИХ ПРАЗДНИКОВ

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

СОБЛЮДАЙТЕ РЕЖИМ САМОИЗОЛЯЦИИ



1. ВОЗДЕРЖИТЕСЬ ОТ ПОСЕЩЕНИЯ
И ПРИЕМА ГОСТЕЙ



2. ОТКАЖИТЕСЬ ОТ ОБЩЕНИЯ В КОМПАНИИ,
ПРОГУЛОК И ПИКНИКОВ НА ПРИРОДЕ



3. ДЛЯ ПОЗДРАВЛЕНИЙ ИСПОЛЬЗУЙТЕ
ДИСТАНЦИОННЫЕ СРЕДСТВА СВЯЗИ

ПРИ ВЫЕЗДЕ ЗА ГОРОД НЕОБХОДИМО ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ СЛЕДУЮЩИХ ПРАВИЛ



1. ПО ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗУЙТЕ
ЛИЧНЫЙ ТРАНСПОРТ



2. НА ОТДЫХЕ ОГРАНИЧЬТЕ ОБЩЕНИЕ
БЛИЗКИМ КРУГОМ РОДНЫХ



3. СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА
ПРИ ПРИЕМЕ ПИЦЦИ